



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE FINANÇAS E CONTABILIDADE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS**

ANNAMÉLIA ARIADNYES VIEIRA RIBEIRO DA SILVA

**A RELAÇÃO ENTRE TRABALHO E SAÚDE MENTAL DO PROFISSIONAL
CONTÁBIL PARAIBANO**

**JOÃO PESSOA
2020**

ANNAMÉLIA ARIADNYES VIEIRA RIBEIRO DA SILVA

**A RELAÇÃO ENTRE TRABALHO E SAÚDE MENTAL DO PROFISSIONAL
CONTÁBIL PARAIBANO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro de Ciências Sociais e Aplicadas, da Universidade Federal da Paraíba, como requisito parcial para a elaboração da Monografia de Conclusão do Curso de Bacharelado em Ciências Contábeis.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Adriana Fernandes de Vasconcelos

JOÃO PESSOA

2020

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

S586r Silva, Annamelia Ariadnyes Vieira Ribeiro da.
A Relação entre Trabalho e Saúde Mental do Profissional
Contábil Paraibano / Annamelia Ariadnyes Vieira Ribeiro
da Silva. - João Pessoa, 2020.
45 f. : il.

Orientação: Prof^a Dr^a Adriana Fernandes de Vasconcelos.
Monografia (Graduação) - UFPB/CCSA.

1. Profissional contábil. 2. Trabalho. 3. Saúde mental.
I. Vasconcelos, Prof^a Dr^a Adriana Fernandes de. II.
Título.

UFPB/BC

ANNAMÉLIA ARIADNYES VIEIRA RIBEIRO DA SILVA

**A RELAÇÃO ENTRE TRABALHO E SAÚDE MENTAL DO PROFISSIONAL
CONTÁBIL PARAIBANO**

Esta monografia foi julgada adequada para a obtenção do grau de Bacharel em Ciências Contábeis, e aprovada em sua forma final pela Banca Examinadora designada pela Coordenação do TCC em Ciências Contábeis da Universidade Federal da Paraíba.

BANCA EXAMINADORA

Presidente: Prof.^a Dr.^a Adriana Fernandes de Vasconcelos
Instituição: UFPB

Membro: Prof.^a Me.^a Danielle Karla Vieira e Silva
Instituição: UFPB

Membro: Prof.^a Me. Sandriele Leite Mota
Instituição: UFPB

João Pessoa, 30 de março de 2020.

Dedico este trabalho à minha avó Mariquita, aos meus pais e demais familiares, por todo esforço e apoio em cada momento da minha vida.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, o autor e consumidor da fé, por ter me sustentado até este momento. Chegar até aqui sem o auxílio do Espírito Santo seria impossível. Por ter enxugado as minhas lágrimas enquanto vencia o medo, os pensamentos depressivos e a ansiedade. Por ter depositado em mim forças para continuar a viver.

Agradeço a minha linda avó Maria José Vieira, vulgo Mariquita, a analfabeta que tem pós-doutorado em amor, por toda educação que me deu e pelas palavras de ânimo. Por sempre acreditar em mim e por todo amor em mim depositado.

Agradeço aos meus pais, por sempre investirem no meu conhecimento, por sempre acreditarem que eu poderia alçar grandes voos. Por terem permitido que eu mudasse de estado para conseguir concluir um curso de nível superior. Escrevo isso ao cair de lágrimas só de lembrar dos dias que me senti sozinha, pois não estava com vocês.

Agradeço aos meus irmãos: Maria Jullyana, Douglas Roberto, Victor Roberto e Annagabriele por todo incentivo.

Agradeço a dois grandes incentivadores do meu crescimento, meu primo Jônata Kilden e minha tia Roberta Lima, ambos *in memoriam*. A despedida dos dois durante o período de graduação não foi fácil, mas a fim de ressignificar os fatos, a cada passo que dou hoje, lembro de cada conselho e de todo incentivo.

Agradeço a família Souza por terem me recebido nos primeiros meses em João Pessoa. Nunca esquecerei do que fizeram por mim.

Agradeço a Lucas Fabrício por todo apoio a mim dado e por ser a expressão do cuidado de Deus na minha vida.

Agradeço aos meus amigos por toda ajuda, pelas risadas e até pelos momentos difíceis que passamos juntos. Aprendi muito com estes.

Agradeço a todos os meus mestres por todo ensinamento e incentivo. Destaco aqui minha orientadora Adriana Fernandes por toda dedicação e paciência, Matheus Alexandre e Paulo Roberto Cavalcanti.

A todos, o meu muito obrigada!

“Aqueles que semeiam com lágrimas,
com cantos de alegria colherão. Aquele
que sai chorando enquanto lança a
semente, voltará com cantos de alegria,
trazendo os seus feixes”.

Salmos 126:5,6

RESUMO

Manter envolvimento equilibrado entre o trabalho e vida social é questão fundamental para continuar motivado na realização de atividades laborais. Esta pesquisa teve por objetivo identificar os impactos do trabalho do profissional contábil paraibano em sua saúde mental. Foi efetuada uma pesquisa de campo, mediante aplicação de questionário, com os profissionais contábeis paraibanos com registro no Conselho Regional de Contabilidade da Paraíba. O questionário foi aplicado de forma presencial e on-line, sendo obtidos 48 respondentes. Os resultados demonstram que independente da área em que atue, o profissional contábil tende a sentir no físico ou no emocional, sintomas da Síndrome de *Burnout*, e que independente disso, 72,34% dos pesquisados afirmaram serem motivados a realizar as suas atividades diárias.

Palavras-chave: Profissional contábil. Trabalho. Saúde mental.

ABSTRACT

Maintaining a balanced involvement between work and social life is a fundamental issue to remain motivated in carrying out work activities. This research aimed to identify the impacts of the work of the Paraíba accounting professional on their mental health. A field research was carried out, through the application of a questionnaire, with the accounting professionals from Paraíba registered with the Regional Accounting Council of Paraíba. The questionnaire was applied in person and online, obtaining 48 respondents. The results show that, regardless of the area in which they work, the accounting professional tends to experience physical or emotional symptoms of Burnout Syndrome, and that, regardless of that, 72.34% of those surveyed said they were motivated to carry out their daily activities.

Keywords: Accounting professional. Job. Mental health.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Gráfico 1 - Carga horária de trabalho semanal dos pesquisados	26
Gráfico 2 - Horas extras trabalhadas	26
Gráfico 3 - Frequência que os pesquisados levam trabalho para fazer em casa	27
Gráfico 4 - Relação dos sintomas com as vezes em que os mesmos foram citados como sempre sentidos	31
Gráfico 5 - Divisão por área de atuação dos pesquisados que se sentem sobrecarregados ao realizar suas atividades diárias.	32
Gráfico 6 - Divisão por área de atuação dos pesquisados que se sentem pressionados com prazos estabelecidos pelo fisco, pelos clientes ou pelo chefe.	33
Gráfico 7 - Itens motivadores de trabalho	34
Gráfico 8 - Itens desmotivadores de trabalho	35
Quadro 1 - Informações da amostra	22

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Perfil dos pesquisados	25
Tabela 2 - Sintomas, grau e quantidade de vezes citados	28
Tabela 3 - Pesquisados motivados e desmotivados em realizar suas atividades diárias	35

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ANAMT Associação Nacional de Medicina do Trabalho

CFC Conselho Federal de Contabilidade

IPOG Instituto de Pós - Graduação e Graduação

MSD *Merck Sharp and Dohme*

ONU Organização das Nações Unidas

SPSS *Statistical Package for the Social Sciences*

TMRT Transtornos Mentais Relacionados ao Trabalho

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
1.1 PROBLEMA DE PESQUISA	13
1.2 OBJETIVOS	13
1.2.1 Objetivo Geral	13
1.2.2 Objetivos Específicos	14
1.3 JUSTIFICATIVA	14
2 REFERENCIAL TEÓRICO	15
2.1 ATRIBUIÇÕES DO PROFISSIONAL CONTÁBIL	15
2.2 SAÚDE MENTAL	16
2.3 ESTRESSE	17
2.3.1 O impacto do estresse na vida do profissional contábil	19
3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	21
3.1 CLASSIFICAÇÃO DA PESQUISA	21
3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA	22
3.3 INSTRUMENTO DE PESQUISA	22
3.4 TRATAMENTO DOS DADOS	23
4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	24
4.1 PERFIL DOS PESQUISADOS	24
4.2 COTIDIANO DOS PESQUISADOS	26
4.3 COMO OS PESQUISADOS LIDAM COM SUAS ATIVIDADES DIÁRIAS E COM PRAZOS	31
4.4 SATISFAÇÃO NO TRABALHO	33
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	38
APÊNDICE A – Questionário	43

1 INTRODUÇÃO

Desde as primeiras civilizações, o ser humano busca satisfação de suas necessidades, como a sobrevivência, a segurança, o bem-estar e outros. Tais necessidades levaram o homem a encontrar meios para as satisfazer. Coincidente com os dias atuais, onde o homem vê na recompensa de seu trabalho a maneira de ter seus desejos e necessidades supridas.

Krawulski (1998) diz que na língua portuguesa encontram-se as palavras labor e trabalho como sinônimas, no entanto, na palavra “trabalho” estão igualmente implicados os dois significados: a realização de uma obra expressiva, criadora e permanente, e por um lado, o esforço rotineiro, repetitivo e consumível.

Para Heloani e Capitão (2003), as condições laborais, bem como as relações diretas entre os trabalhadores, influenciam diretamente a qualidade de vida e que em grande parte, o sofrimento mental do trabalhador advém da divisão do trabalho, do conteúdo da tarefa, do sistema hierárquico, das modalidades de comando, das relações de poder, etc.

Para Dejours (1992) o trabalho deveria aparecer na própria definição do conceito de saúde, pois ele ocupa um lugar muito importante na luta contra a doença, ou seja, nem sempre aparece como uma fonte de doença ou de infelicidade; ao contrário, é, às vezes, operador de saúde e de prazer: "*o trabalho nunca é neutro em relação à saúde e favorece, seja a doença, seja a saúde*" (p.164).

Há uma busca por entender como a mente humana se comporta frente a conquistas e dificuldades pessoais, a busca pela inteligência emocional e pela resiliência. No campo das doenças relacionadas ao trabalhador, por exemplo, existe uma preocupação crescente com os Transtornos Mentais Relacionados ao Trabalho (TMRT), que resultam de situações do processo do trabalho. (Dejours, 1992).

Atribuir importância ao âmbito profissional do ser humano tem sido uma questão evidenciada quando se discutem os efeitos da atividade profissional na saúde mental do profissional, buscando saber como o indivíduo administra suas emoções e como supera as adversidades existentes em diversos ambientes de seu convívio social.

Segundo a Associação Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein (2016), os especialistas costumam dizer que um pouco de estresse é muito bem-

vindo. Serve como força propulsora, movida por substâncias como a adrenalina, produzidas pelo organismo nos momentos de tensão.

Um estudo feito por Worth (2010) à *Heath Magazine* revelou as 10 carreiras que mais causam depressão e dentre elas, além das áreas de saúde e educação, está a carreira contábil.

A Associação Nacional de Medicina do Trabalho (2015), baseando-se na matéria desenvolvida pela *Health Magazine*, comenta que o acúmulo de estresse e pressão a todo o momento são alguns dos males contemporâneos que podem causar depressão nos profissionais.

Para Legge (2015), pessoas que trabalham com cobranças e tensão têm maiores chances de desenvolver a depressão do que, por exemplo, pessoas que trabalham com gestão. Legge (2015) comenta também que por vezes, os profissionais não se dão conta que estão doentes e que precisam de ajuda.

Corroborando assim com a afirmação de Marinho (2018) em uma de suas publicações no IPOD (Instituto De Pós-Graduação e Graduação) onde diz que os transtornos mentais estão entre as principais causas de afastamento do trabalho.

1.1 PROBLEMA DE PESQUISA

A produção científica tem como objetivo apropriar-se da realidade para melhor analisá-la e, posteriormente, produzir transformações. A discussão sobre os impactos do cotidiano do contador em sua saúde mental constitui um aspecto prático relevante. Nesse contexto, esta pesquisa busca responder ao seguinte problema de pesquisa: *quais os possíveis impactos do trabalho do profissional contábil paraibano em sua saúde mental?*

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Identificar os impactos do trabalho do profissional contábil paraibano em sua saúde mental.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Averiguar as principais causas de estresse do profissional contábil paraibano;
- Investigar como os profissionais contábeis paraibanos lidam com a pressão dos prazos estabelecidos e suas atribuições;
- Verificar a satisfação dos profissionais contábeis paraibanos no que tange a relação de sua saúde mental e sua profissão.

1.3 JUSTIFICATIVA

Trazer para a sociedade o conceito de saúde mental para ser discutido e mostrar de que maneira ela pode vir a ser afetada por questões do dia-a-dia, tende ser um passo decisivo para analisar a relação saúde-trabalho. Discutir sobre as consequências de um ambiente de trabalho, favorável ou não, tem reflexo direto na saúde mental do profissional. Sendo assim, os chefes e empresários podem vislumbrar a melhora no desempenho de seus profissionais. Por outro lado, negligenciar tal assunto pode manter ou proporcionar uma visão limitada, voltada apenas para processos, resultados e cumprimentos de prazos, sem prestar atenção naqueles que executam tais tarefas.

Assim, o presente estudo tem relevância ao abordar tal temática, podendo conduzir o profissional contábil a uma autoanálise de sua saúde mental e de seu rendimento. Podendo também contribuir para com aqueles que têm curiosidade a respeito dos possíveis impactos que o trabalho do profissional contábil pode exercer sobre sua saúde mental.

A realização deste estudo pode também conduzir empresários, onde no quadro de funcionários de sua empresa existam profissionais contábeis, a analisar sua divisão e o nível de atribuições, assim como os prazos por eles estabelecidos, pois o estresse causado pela organização e seus administradores pode ser prejudicial não só aos funcionários, mas também a empresa que poderá vir a ter que lidar com afastamentos ou realocação de funcionários e ainda aumento com despesas assistenciais médicas.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ATRIBUIÇÕES DO PROFISSIONAL CONTÁBIL

“A Contabilidade é uma ciência que tem como objetivo influenciar a ação ou comportamento do usuário, de forma direta, pelo conteúdo informacional da mensagem transmitida ou indireta, pelo comportamento do contador ao gerar e transmitir a informação” (BELKAOUI, 1989 apud SILVA, 2016, p. 143). Vê-se que o profissional contábil exerce papel fundamental, direta e indiretamente, uma vez que da mesma forma que elabora conteúdos informacionais, também faz interpretação destes, objetivando ser um suporte na tomada de decisão da empresa e dos usuários como um todo.

O Capítulo IV do Decreto-Lei 9.295/46 dispõe sobre as atribuições do contador. Sendo elas: a organização e execução de serviços de contabilidade em geral; a escrituração dos livros de contabilidade obrigatórios, bem como de todos os necessários no conjunto da organização contábil e levantamento dos respectivos balanços e demonstrações; e perícias judiciais ou extra-judiciais, revisão de balanços e de contas em geral, verificação de haveres revisão permanente ou periódica de escritas, regulações judiciais ou extrajudiciais de avarias grossas ou comuns, assistência aos Conselhos Fiscais das sociedades anônimas e quaisquer outras atribuições de natureza técnica conferidas por lei aos profissionais de contabilidade.

Os profissionais contábeis podem escolher em que área atuar e qual atividade desempenhar. O capítulo I da Resolução CFC nº 560 de 28 de outubro de 1983 prevê atribuições privativas dos contabilistas, dentre elas destacam-se: a avaliação de acervos patrimoniais e verificação de haveres e obrigações, para quaisquer finalidades, inclusive de natureza fiscal; a implantação e aplicação dos planos de depreciação, amortização e diferimento, bem como de correções monetárias e reavaliações; a classificação dos fatos para registros contábeis, por qualquer processo, inclusive computação eletrônica, e respectiva validação dos registros e demonstrações; a abertura e encerramento de escritas contábeis; a elaboração de balancetes e de demonstrações do movimento por contas ou grupos de contas, de forma analítica ou sintética; integração de balanços, inclusive

consolidações, também de subsidiárias do exterior; a análise de balanços; a avaliação do desempenho das entidades e exame das causas de insolvência ou incapacidade de geração de resultado; auditoria interna e operacional; a auditoria externa independente; perícias contábeis, judiciais e extrajudiciais.

E no capítulo II da Resolução CFC nº 560 de 28 de outubro de 1983 estão previstas as atividades compartilhadas, cujo exercício é prerrogativa também de outras profissões. Destacam-se:

- 1) elaboração de planos técnicos de financiamento e amortização de empréstimos, incluídos no campo da matemática financeira;
- 9) assessoria fiscal;
- 10) planejamento tributário.

O profissional contábil exerce uma função importante nas entidades, seja num momento econômico favorável ou desfavorável. No primeiro, as empresas buscam investir mais a fim de fazer com que seu negócio cresça; no segundo, as empresas buscam otimizar seus recursos, e em ambos os casos contam com um profissional contábil para gerenciar e auxiliar a empresa no alcance dos seus objetivos.

2.2 SAÚDE MENTAL

Merhy (2002, p. 40) afirma que a saúde “é um valor de uso para o usuário, que a representa como algo útil por lhe permitir estar no mundo e poder vivê-lo de um modo autodeterminado e dentro de seu universo de representações”.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2006), “saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como ausência de doença ou enfermidade”. O que dá a entender que existe a área mental que compõe a saúde de um indivíduo.

Sobre o conceito de saúde mental, Videbeck (2012, p. 17) diz que:

Não há, porém, uma definição universal de saúde mental. O comportamento de uma pessoa, em geral, pode fornecer pistas de sua saúde mental. Uma vez que cada um pode ter uma visão ou interpretação diferente de um comportamento (dependendo de seus valores ou crenças), às vezes, torna-se difícil determinar a saúde mental. Na maioria dos casos, é uma condição de bem-estar emocional, psicológico e social, eviden-

ciada por relações interpessoais satisfatórias, comportamento e enfrentamento eficazes, autoconceito positivo e estabilidade emocional.

Complementando sua ideia, Videbeck (2012) diz ainda que a saúde mental tem vários componentes, e uma ampla variedade de fatores a influência. Sendo eles os fatores individuais, interpessoais e socioculturais.

Nos âmbitos, profissional ou pessoal, o fato de não estar com a saúde mental em ordem, estando submetido a estresse e tristeza pode levar o indivíduo a desenvolver algumas doenças, dentre elas, a depressão e a ansiedade.

Segundo o Ministério da Saúde (2018), fatores como histórico familiar, transtornos psiquiátricos correlatos, estresse crônico, ansiedade crônica, disfunções hormonais, excesso de peso, sedentarismo e dieta desregrada, vícios (cigarro, álcool e drogas ilícitas), uso excessivo de internet e redes sociais, separação conjugal e enxaqueca crônica podem contribuir para o desenvolvimento da depressão.

No âmbito profissional existe a síndrome chamada de Síndrome de *Burnout* ou Doença do Esgotamento Profissional. Segundo do Ministério da Saúde (2019), “é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade” Percebe-se que o estresse está contido na Síndrome de *Burnout*, mas que não devem ser confundidos, pois segundo a Associação Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein (2019), o estresse pode aparecer em vários contextos, não apenas no profissional. Vindo a ser mola propulsora para várias outras doenças.

2.3 ESTRESSE

Para Cohen e Fink (2003, p. 189), em qualquer estágio da vida, o estresse pode afetar o desempenho. Os profissionais que passam por momentos estressantes, de intensidade moderada, podem não pôr em ação o melhor de sua atenção e energia e os que sofrem demasiadamente podem ficar paralisados, repetir comportamentos inúteis ou dispersar seus esforços.

Vê-se que, independentemente do nível de estresse enfrentado, as pessoas podem não vir a realizar suas atividades de maneira ideal. Chegando a cometer erros por falta de desatenção.

Segundo Dejours (1987), pode-se entender estresse associado ao trabalho como um conjunto de perturbações psicológicas ou sofrimento psíquico, associado às experiências de trabalho, desencadeando o chamado estresse ocupacional.

Reforçando essa ideia, Genuíno et al. (2010) dizem que o estresse ocupacional refere-se aos estímulos do ambiente de trabalho que exigem respostas adaptativas por parte do trabalhador e que excedem sua habilidade de enfrentamento; estes estímulos são chamados de estressores organizacionais.

Logo, existe uma série de fatores que podem ser classificados como estressores organizacionais, devendo o empregador estar atento a cultura organizacional cultivada no ambiente de trabalho, para que seja uma cultura sadia e que leve seus funcionários a atingirem, não só os objetivos da empresa, mas também os objetivos pessoais e de maneira saudável.

A organização do trabalho, a submissão a chefias autoritárias, a falta de comunicação entre as pessoas, o aumento no ritmo de trabalho e a exigência crescente de produtividade também são fatores que podem afetar a saúde dos trabalhadores (BRASIL; 2017).

Segundo a Organização das Nações Unidas (2017), constituem alguns riscos para a saúde mental falta de comunicação e de práticas de gestão; participação limitada na tomada de decisões por parte dos funcionários ou baixo controle sobre uma área de trabalho; baixos níveis de apoio a funcionários; jornadas de trabalho inflexíveis; e falta de clareza na determinação das tarefas ou de objetivos organizacionais. A ameaça do desemprego é outro fator de risco reconhecido que pode ocasionar problemas de saúde mental, enquanto retornar ou obter um emprego são considerados fatores protetivos.

Tais fatores protetivos podem fazer com que o profissional veja a satisfação em trabalhar como um objetivo alcançável, querendo exercer sua função pois é algo que lhe traz gozo, e não como um tormento.

A partir dos efeitos específicos da organização do trabalho sobre a vida mental dos trabalhadores resulta uma ansiedade particular partilhada por uma grande parte da população trabalhadora: é o sentimento de esclerose mental, de paralisia da imaginação, de regressão intelectual. De certo modo, despersonalização. (Dejours, 1987).

E sobre essa “despersonalização”, um dos maiores laboratórios farmacêuticos do mundo, o *Merck Sharp and Dohme* (2017), diz que existe um tipo de transtorno chamado de “Transtorno de Despersonalização”. Ele é caracterizado por uma sensação persistente ou recorrente de separação do próprio corpo ou processos mentais (despersonalização), como se o agente fosse um observador externo à sua vida, e é normalmente desencadeado por estresse grave.

2.3.1 O impacto do estresse na vida do profissional contábil

Segundo Santos (2018), o contador é um profissional que exerce enorme impacto sobre a atuação das pequenas empresas e, por esse motivo, precisa se envolver bastante no dia a dia delas, orientando sobre os melhores caminhos na questão tributária, oferecendo informações sobre finanças, para que o negócio prospere de forma sustentável, entre outras ações de consultoria de negócios. O autor diz também que um trabalho tão decisivo traz grande responsabilidade e eleva o estresse de quem está na linha de frente.

O estresse no contador interfere diretamente no trabalho, assim como em outras profissões, e em elevado grau pode acarretar baixa na produtividade (SILVA; SILVEIRA; MATOS, 2015). Quando se fala em produtividade, pode-se incluir tempo de qualidade efetivo no trabalho e eficácia na realização das atividades.

De acordo com (Succar, 2012), o estresse pode fazer com que o contabilista cometa erros que possam vir a gerar multas, que podem ser de tal volúpia que podem ocasionar a falência de uma instituição.

Bacelar (2013), após perceber que dentre as 10 profissões mais propícias ao aparecimento da depressão elencadas pela revista norte-americana *Health* em 2012, estava a profissão contábil, concluiu que o grande nível de responsabilidade que esse profissional precisa ter com as finanças dos clientes, onde uma única vírgula pode gerar grandes distorções, é um dos principais motivos para o surgimento de transtornos.

Hernandes (2011) relata que muitos profissionais contábeis já enfrentam uma carga excessiva de trabalho o que tem levado muitos a se afastarem de suas atividades por problemas relacionados com o estresse, transtornos de ansiedade e outros problemas emocionais.

Segundo Khallash e Kruse (2012), *work-life balance* pode ser definido como o desejo de todos os indivíduos em alcançar o equilíbrio entre seu trabalho remunerado e as atividades desenvolvidas fora deste.

Segundo Pinheiro (2018) as práticas de *work-life balance* podem ser usadas em organizações contábeis dadas as características da atividade profissional do contador, marcada por pressões de tempo e responsabilidades específicas, principalmente se a natureza e direção de possíveis conflitos forem identificadas.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

De acordo com Gil (2012, p. 26) “pesquisa” é o processo formal e sistemático de desenvolvimento científico, objetivando descobrir respostas para problemas mediante o emprego de procedimentos científicos, e define “pesquisa social” como sendo o processo que utiliza a metodologia científica, permitindo a obtenção de novos conhecimentos no campo da realidade social. Nessa seção estão descritos: a classificação da pesquisa, população e amostra, o instrumento de pesquisa e de que forma os dados serão tratados.

3.1 CLASSIFICAÇÃO DA PESQUISA

Levando em conta a necessidade de caracterizar a natureza da pesquisa, Beuren (2010, p. 80) enfoca que “o que vai determinar o enquadramento em um outro tipo de pesquisa (exploratória, descritiva ou explicativa) são os objetivos estabelecidos no trabalho monográfico”.

Gil (2009, p. 42) relata que pesquisas descritivas têm como objetivo principal descrever as características de determinada população/fenômeno ou, o estabelecimento de relações entre variáveis, e reforça o fato de que:

Entre as pesquisas descritivas, salientam-se aquelas que têm por objetivo estudar as características de um grupo: sua distribuição por idade, sexo, procedência, nível de escolaridade, estado de saúde física e mental etc.

Assim, pode-se dizer que a pesquisa é de natureza descritiva, pois levanta características sociais, bem como analisa a influência do excesso de responsabilidades do profissional contábil paraibano em sua saúde mental.

Quanto aos meios, a pesquisa é de levantamento e bibliográfica. De levantamento, pois, segundo Gil (2018, p. 33), a pesquisa de levantamento procede-se à solicitação de informações a um grupo significativo de pessoas acerca do problema estudado. E bibliográfica pois foi preciso utilizar materiais e produções já existentes. A pesquisa irá levantar os dados necessários para o alcance dos seus objetivos junto aos profissionais contábeis ativos registrados no Conselho Regional de Contabilidade da Paraíba via e-mail e *in loco*.

3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população desta pesquisa foi formada pelos profissionais contábeis ativos do estado da Paraíba, a quem foram enviados e entregues os questionários. De acordo o Conselho Federal de Contabilidade (2020), existem 4.436 contadores e 1.648 técnicos em contabilidade no estado da Paraíba.

A pesquisa coletou informações de 48 respondentes, distribuídos em dois grupos, sendo 47 válidos e 1 perdido em decorrência de respostas incompletas (Quadro 1).

Quadro 1 - Informações da amostra

Informações da Amostra	Quantidade	Percentual
Amostra Inicial	48	100%
Informações Perdidas	1	2,04%
Informações Analisadas	47	97,96%

Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

Dessa forma, a amostra foi composta por 0,95% dos contadores e 0,30% dos técnicos.

3.3 INSTRUMENTO DE PESQUISA

A pesquisa foi realizada mediante aplicação de questionário, via e-mail e *in loco* com os profissionais contábeis ativos do Estado da Paraíba. Gil (2009, p. 42) explica que o questionário, assim como a observação sistemática são técnicas de coleta de dados comumente utilizadas na pesquisa descritiva.

A aplicação do instrumento de pesquisa foi feita em duas etapas. A primeira foi um pré-teste, que serviu para auxiliar nos ajustes quanto ao entendimento do instrumento de pesquisa, objetivando informações mais acuradas e a capacidade de alcançar os objetivos da pesquisa. Foram 3 os respondentes do pré-teste e disseram não sentir dificuldade em respondê-lo. Ainda assim, foi feito um ajuste para identificar a cidade onde atuava o respondente e se o mesmo é contador ou técnico em contabilidade.

A segunda etapa foi realizada com a aplicação do questionário ajustado.

O questionário foi baseado no formulário desenvolvido pela Divisão de Saúde Mental da OMS (Organização Mundial da Saúde) e validado para o contexto brasileiro por Bandeira, Pitta e Mercier (2000) na criação da Escala de Avaliação da Satisfação (SATIS-BR) e da sobrecarga (IMPACTO-BR) da equipe técnica em serviços de saúde mental, sendo reformulado e adaptado para o uso no presente trabalho, uma vez que o foco do questionário validado por Bandeira, Pitta e Mercier (2000) era exclusivo para avaliar o nível de satisfação que o pesquisado tinha em relação à instituição na qual trabalhava.

Tal instrumento de pesquisa foi dividido de acordo com cada objetivo específico da pesquisa, de maneira que na primeira parte a finalidade foi identificar o perfil dos pesquisados. A segunda buscou identificar o cotidiano dos respondentes e se lidam com os sintomas que tendem a ser característicos de profissionais que sofrem pressões no trabalho. Na terceira parte objetivou-se identificar como os respondentes lidam com suas atribuições e com os prazos estabelecidos pelo fisco, pelos clientes e pelos chefes. Já na quarta parte, buscou-se identificar o nível de satisfação no trabalho.

3.4 TRATAMENTO DOS DADOS

Objetivou-se reunir os dados advindos dos questionários por meio de médias e tabelas.

Os dados foram tabulados com o uso do Microsoft Office Excel® e tratados mediante estatística descritiva.

4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os dados são apresentados seguindo inicialmente o perfil dos pesquisados, seguido das quatro grandes áreas do instrumento de pesquisa, conforme explanado na metodologia, e de acordo com os objetivos específicos deste trabalho.

Para fins de analogia e enriquecimento desta pesquisa, foram utilizados dados advindos do estudo de Linn e Treter (2017), onde foram realizadas entrevistas com os profissionais que atuam em escritório contábil, em empresa privada, em órgão público e na docência. Assim, foi feita uma relação entre a profissão contábil e os agentes estressores a que estes profissionais estão submetidos, com o intuito de identificar de que forma as atividades dos mesmos possa vir a afetar sua saúde mental.

Foi utilizado também o estudo de Oliveira *et al.* (2015), onde foi feito um estudo sobre o estresse na atividade profissional do contador de escritórios de contabilidade do município de Ituiutaba/MG, analisando a existência do estresse ocupacional na atividade profissional do contador e seus principais fatores causadores.

4.1 PERFIL DOS PESQUISADOS

Os pesquisados que atuam em escritórios contábeis representaram 57,45% do total de respondentes, seguido dos que atuam em empresas privadas e os docentes, ambos correspondendo a 17,02%, cada um, enquanto 8,51% trabalham em órgãos públicos (Tabela 1).

Sócios ou empresários contábeis de escritórios contábeis correspondem a 38,30% do total de respondentes (Tabela 1).

A Tabela 1 apresenta os resultados quanto ao perfil dos respondentes da pesquisa quanto ao sexo, cidade de atuação, faixa etária, tempo de atuação, quantidade de sócios ou empresários de escritórios contábeis e área da em que exercem a profissão:

Tabela 1 - Perfil dos pesquisados

	SEXO FEMININO	SEXO MASCULINO
SUBTOTAL	28	19
FORMAÇÃO		
Contadores	25	17
Técnicos em Contabilidade	3	2
CIDADE ONDE ATUA		
João Pessoa	27	17
Demais Cidades	1	2
FAIXA ETÁRIA		
Até 25 anos	5	2
De 26 a 35 anos	10	7
De 36 a 45 anos	5	8
De 46 a 55 anos	6	2
Acima de 55 anos	2	-
TEMPO DE ATUAÇÃO		
Até 5 anos	7	5
De 6 a 10 anos	11	7
De 11 a 15 anos	1	3
De 16 a 20 anos	6	4
Mais de 20 anos	3	-
DONO/SÓCIO DE ESCRITÓRIO CONTÁBIL	7	11
ÁREA DA CONTABILIDADE		
Escritório Contábil	15	12
Empresa Privada	4	4
Órgão Público	2	2
Docência	7	1
Outro	-	-

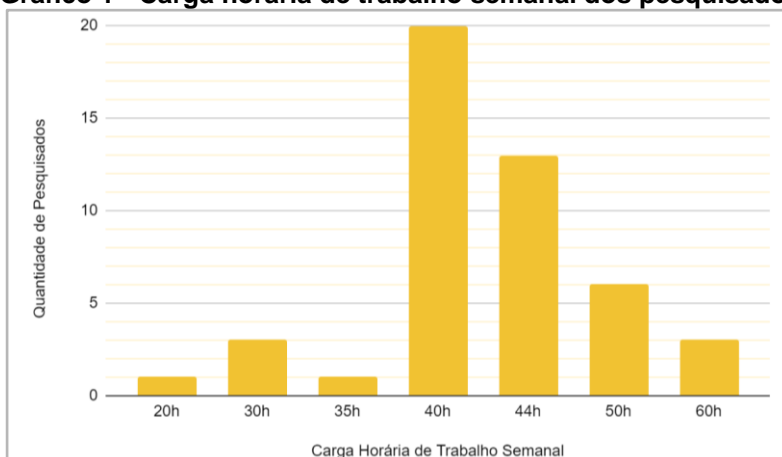
Fonte: Elaborada a partir dos dados da pesquisa

Sobre a cidade de atuação, 44 pesquisados (93,62%) atuam em João Pessoa. Serão consideradas como “Demais Cidades”: Campina Grande, Guarabira e Catolé do Rocha. Nestas três últimas houveram 3 candidatos, sendo um de cada cidade.

4.2 COTIDIANO DOS PESQUISADOS

Conforme o disposto no Gráfico 1, 20 respondentes (42,55%) trabalham 40 horas semanalmente, e destes, 12 atuam em escritórios contábeis, 1 em empresa privada, 1 em órgão público e 6 são docentes.

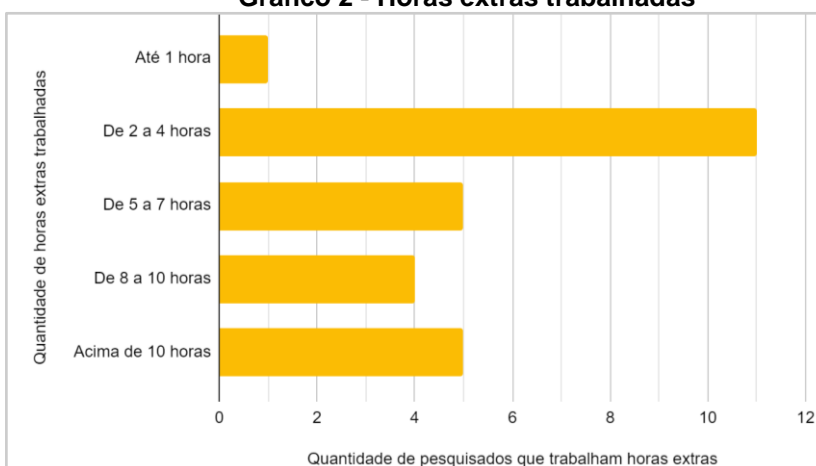
Gráfico 1 - Carga horária de trabalho semanal dos pesquisados



Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

A quantidade de horas semanais de 13 pesquisados (27,66%) afirmaram trabalhar 44 horas semanais, de acordo com o Gráfico 1, que é a jornada de trabalho máxima semanal indicada no artigo 7º da Constituição Federal do Brasil, em seu inciso XIV (BRASIL, 1988). Desses 13 pesquisados, 8 atuam em escritórios contábeis.

Gráfico 2 - Horas extras trabalhadas

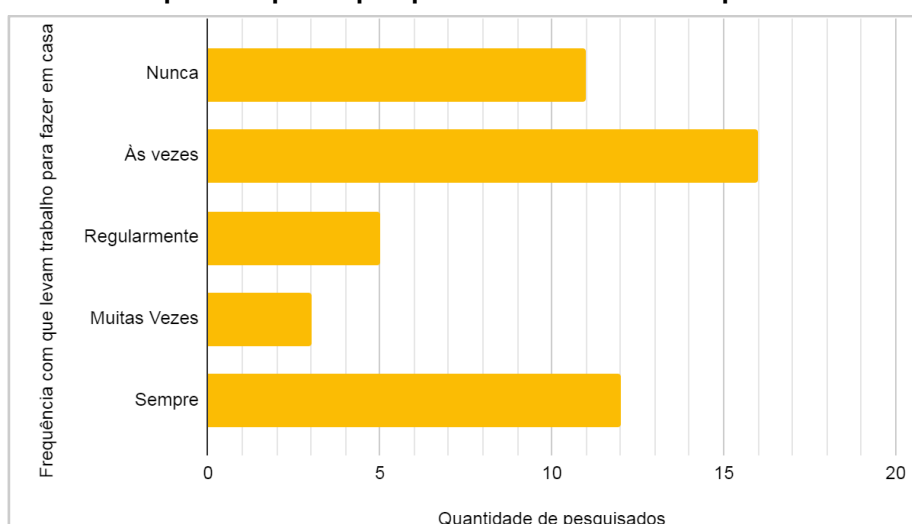


Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

Dos 47 pesquisados, 26 (55,32%) trabalham horas extras. Destes, 17 atuam em escritórios contábeis, 6 em empresas privadas e 3 são docentes. Dos que afirmaram que trabalham além da sua jornada de trabalho firmada em contrato, 11 (42,31%) disseram que realizam de 2 a 4 horas extras semanais (Gráfico 2).

Quando questionados se levavam trabalho para casa, 16 (34,04%) do total de pesquisados responderam que “às vezes” levam e 12 (25,53%) “sempre” levam. Destes últimos, 6 são docentes. O fato da maioria dos docentes levarem trabalho para casa pode advir do fato de que muitos deles não terem um ambiente na universidade adequado onde consigam se concentrar e realizar suas atividades.

Gráfico 3 - Frequência que os pesquisados levam trabalho para fazer em casa



Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

Ainda no que diz respeito ao cotidiano dos respondentes, foi questionado se os mesmos sentiam algum dos sintomas listados e com que frequência. Os sintomas colocados foram os que podem vir a caracterizar a Síndrome de Burnout.

Segundo o Ministério da Saúde (2019), Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Emocional é um adoecimento emocional resultado de situações desgastantes que acontecem no trabalho.

Foram apresentados no instrumento de pesquisa os seguintes sintomas: estresse, dor de cabeça, esgotamento físico, esgotamento emocional, dores musculares, insônia, dificuldade de concentração, lapsos de memória, ansiedade, palpitação e cansaço. As respostas sobre essas perguntas estão apresentadas na Tabela 2.

Tabela 2 - Sintomas, grau e quantidade de vezes citados

	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Nervosismo/Tensão/Estresse	1	3	8	12	9	14
Dor de Cabeça	7	7	6	10	12	5
Esgotamento Físico	-	7	5	17	14	4
Esgotamento Emocional	2	7	8	9	12	9
Dores Musculares	7	5	8	8	11	8
Insônia	10	4	11	11	7	4
Dificuldade de Concentração	5	11	8	13	7	3
Lapsos de Memória	6	8	12	11	6	4
Ansiedade	6	7	4	10	11	9
Palpitação	13	10	7	10	5	2
Cansaço	1	2	7	10	15	12

Fonte: Elaborada a partir dos dados da pesquisa

* (0) Nunca; (1) Raramente; (2) Às vezes; (3) Regularmente; (4) Muitas vezes; (5) Sempre

Dos 47 respondentes, 14 (29,78%) relataram que sempre se sentem nervosos, tensos ou estressados. Destes, 9 atuam em escritórios contábeis, 3 em empresas privadas e 2 são docentes. No estudo de caso realizado por Linn e Treter (2017), os 4 entrevistados afirmaram ter problemas de estresse no trabalho, capazes de interferir nas suas atividades do dia a dia.

As atividades contábeis, devido às constantes mudanças e curtos prazos para que os profissionais se mantenham atualizados podem provocar estresse naqueles que exercem a profissão contábil. (Oliveira *et al.*, 2015)

No trabalho desenvolvido por Oliveira *et al.* (2015), os pesquisados indicaram que alguns fatores que mais provocam estresse no desenvolvimento das atividades prazos reduzidos para entrega dos impostos, excesso de informação e de atualização das legislações, trabalho sob pressão, acúmulo de tarefas, excesso diário nas horas trabalhadas, falta de diálogo com o superior, atendimento ao cliente por telefone, pois interrompe e atrapalha o raciocínio, serviço solicitado em cima da hora, mau humor dos colegas de trabalho, a não entrega de documentos solicitados aos clientes, má distribuição das tarefas, atividades repetitivas, falta de comunicação e monitoramento do chefe.

Segundo especialistas da Associação Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein (2016), um pouco de estresse é bem-vindo pois serve como força

propulsora, movida por substâncias como a adrenalina, produzidas pelo organismo nos momentos de tensão. São elas, por exemplo, que ajudam a realizar diversas atividades ao mesmo tempo, porém, o seu excesso mina o organismo.

Em resposta ao questionamento de Oliveira *et al.* (2015) quanto ao que poderia ser feito para que o nível de estresse fosse reduzido, foram citadas algumas atitudes como: fazer atividade física diariamente, dedicar-se mais ao lazer, relaxar mais nos horários de folga, repensar a forma como o trabalho está sendo realizado, mais tempo para família e período de férias mais longo.

A dor de cabeça foi citada como sentida muitas vezes entre 12 pesquisados. Segundo a Cleveland Clinic (2018), centro médico acadêmico americano, a dor de cabeça é uma das condições de dor mais comuns e debilitantes do mundo, além de ser uma das principais causas de absenteísmo do trabalho. Os gatilhos comuns de dores de cabeça tensionais ou enxaquecas incluem estresse emocional relacionado à família e amigos, trabalho, uso de álcool, pular refeições, alterações nos padrões de sono, uso excessivo de medicamentos, tensão, depressão, cansaço visual e dor no pescoço e costas causados por má postura.

Sabe-se que os profissionais contábeis ficam muito tempo sentados, utilizando o computador. Segundo a rede de universidades Universia (2013), trabalhar com computadores exige que as pessoas passem muitas horas olhando para uma tela, o que pode danificar a visão e também causar dores de cabeça ou enxaquecas. Isso pode ser um dos fatores que expliquem as dores de cabeça relatadas por parte dos respondentes.

Esgotamento físico foi indicado como sentido regularmente por 17 respondentes (36,17%). Destes, 8 atuam em escritórios contábeis, 5 em empresas privadas e 4 são docentes. Já o esgotamento emocional foi citado como sentido muitas vezes por 12 pesquisados. Tais sintomas podem advir do fato de que a maioria dos profissionais contábeis exercerem suas atividades na mesma posição por muitas horas e distribuir a sua atenção em muitas atividades ao mesmo tempo.

Dores musculares e insônia foram citadas por 11 respondentes. A primeira como sentida muitas vezes e a segunda como regularmente. De acordo com a Universia (2013), passar horas sentado pode causar distúrbios musculares. Para evitar lesões musculares, o doutor Antônio Drauzio Varella (2019) recomenda que a cada hora, o indivíduo ao menos levante-se, ande um pouco e faça alongamentos,

além de checar se a cadeira ou banco estejam adequados para o tipo de atividade que exerce.

Dificuldade de concentração foi indicada como sentida regularmente por 13 (27,66%) dos pesquisados. Destes, 5 são docentes, 4 atuam em escritórios contábeis, 3 trabalham em empresas públicas e 1 em órgão público. Na pesquisa realizada por Linn e Treter (2017) foi relatado que a capacidade de raciocínio é menor quando se está estressado.

Lapsos de memória são tidos às vezes por 12 dos pesquisados. Destes, 5 atuam em escritórios contábeis, 4 em empresas privadas e 3 são docentes. De acordo com o doutor Antônio Drauzio Varella (2019), os lapsos de memória podem ocorrer provocados pela sobrecarga de atividades.

A ansiedade foi apresentada como sentida muitas vezes por 11 (23,40%) dos respondentes. Destes, 6 atuam em escritórios contábeis, 3 em empresas privadas, 1 em órgão público e 1 na docência. Segundo a Biblioteca Virtual em Saúde (2011) a ansiedade é um fenômeno que ora beneficia e ora prejudica, dependendo das circunstâncias ou intensidade, podendo tornar-se patológica, isto é, prejudicial ao funcionamento psíquico (mental) e somático (corporal). A ansiedade estimula o indivíduo a entrar em ação, porém, em excesso, faz exatamente o contrário, impedindo reações.

Grunspun (2015) corrobora com a afirmação anterior ao classificar a ansiedade como um estado que tem aspectos psicológicos tais como apreensão, irritabilidade e hipervigilância, além de aspectos físicos como: fadiga, tensão muscular, taquicardia, sudorese, dor de cabeça e dores lombares, quando exagerada e patológica é classificada como distúrbio ansioso. Pode-se considerar a ansiedade como doença quando o indivíduo sente uma aflição descontrolada independentemente dos eventos reais e pode vir a prejudicar o desempenho dos trabalhadores em qualquer nível.

Objetivando o zelo pela saúde mental dos funcionários Grunspun (2015) enfatiza que as empresas deveriam implementar programas de *checkup*, e programas de *screening* para diagnóstico de depressão e ansiedade nos trabalhadores de todos os níveis.

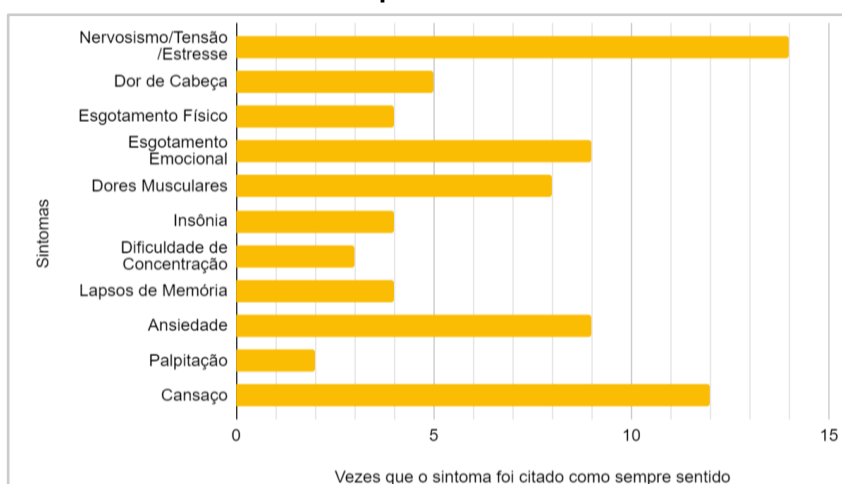
Do total dos respondentes, 10 (21,28%) afirmaram ter palpitações regularmente. Destes, 5 atuam em escritórios contábeis, 2 em empresas privadas, 1 em órgão público e 2 na docência.

Segundo o médico Antônio Dráuzio Varella (2019) a arritmia ou palpitação é um distúrbio do ritmo cardíaco que provoca a sensação de que o coração deixou de dar uma batida. Essa palpitação pode vir a ser causada por estresse emocional, podendo aumentar o ritmo cardíaco.

Quanto ao cansaço, 15 (31,94%) dos respondentes disseram sentir muitas vezes. Destes, 9 trabalham em escritórios contábeis, 3 em empresas privadas, 1 em órgão público e 2 na docência. Segundo a Fast Company (2019) o cansaço no local de trabalho não é apenas estar fisicamente cansado, é estar mentalmente exausto. Não é apenas quando os níveis de energia baixos, mas também a motivação. Está cansado assim, pode dificultar a concentração e a organização. E quando dura dias ou semanas, apesar do sono adequado, pode causar ansiedade e depressão.

No Gráfico 4 é possível observar relação dos sintomas com as vezes em que os mesmos foram citados como sempre sentidos.

Gráfico 4 - Relação dos sintomas com as vezes em que os mesmos foram citados como sempre sentidos



Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

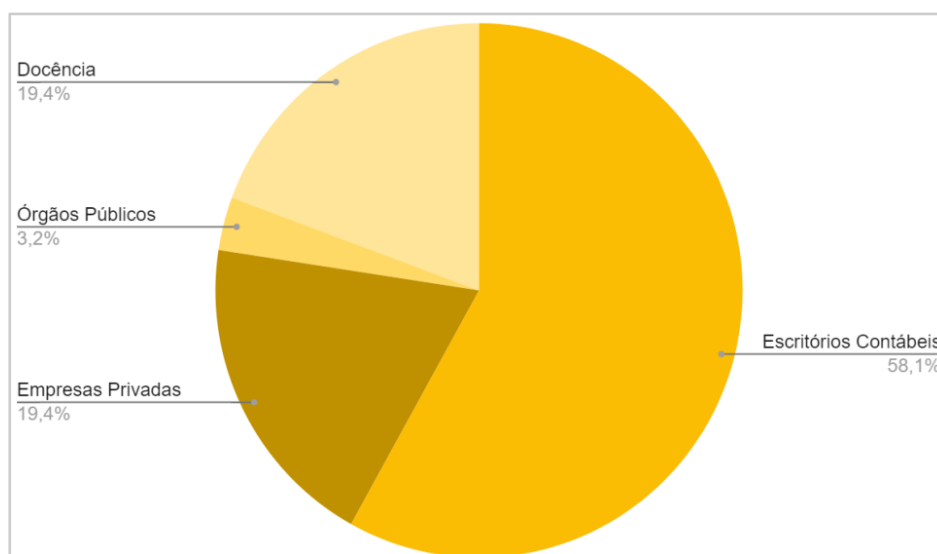
4.3 COMO OS PESQUISADOS LIDAM COM SUAS ATIVIDADES DIÁRIAS E COM PRAZOS

De acordo com Linn e Treter (2017), diante de atribuições e responsabilidades variadas e constantes, pressões para cumprir prazos e gerar informações, somadas à correria da atualidade que se vive, é necessário buscar

formas para reduzir o estresse do dia a dia, para melhorar a qualidade de vida. Nesse contexto, não apenas os contadores, mas todos os demais profissionais passam mais tempo no seu ambiente de trabalho do que em suas casas, logo, é imprescindível que o estresse profissional não torne sua profissão desgastante e cansativa.

Nessa parte do instrumento de pesquisa, foram feitos dois questionamentos. O primeiro sobre se os pesquisados se sentem sobrecarregados ao realizar suas atividades diárias, em que 31 (65,96%) afirmaram que sim. Destes, 18 atuam em escritórios contábeis, 6 em empresas públicas, 1 em órgão público e 6 na docência (Gráfico 5).

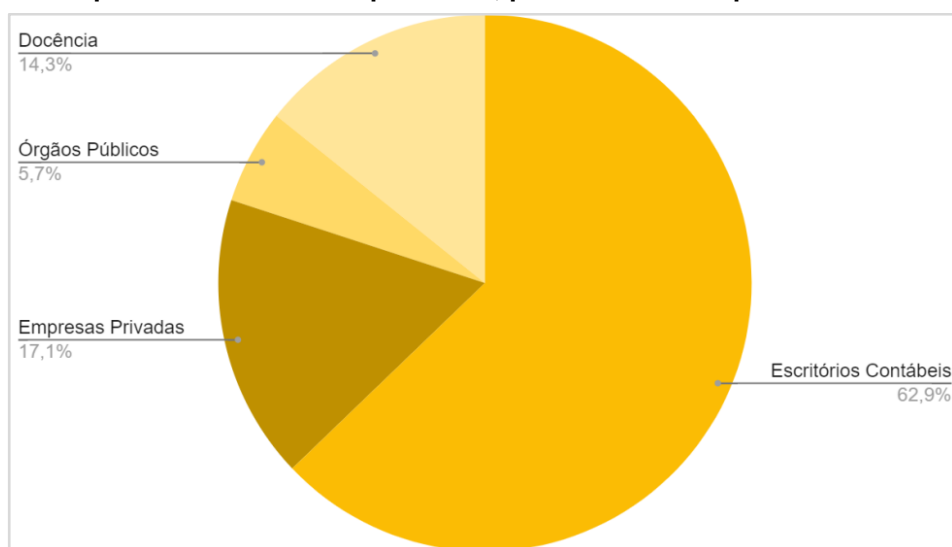
Gráfico 5 - Divisão por área de atuação dos pesquisados que se sentem sobrecarregados ao realizar suas atividades diárias.



Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

No segundo questionamento foi indagado aos pesquisados se eles se sentem pressionados com os prazos estabelecidos pelo fisco, pelos clientes ou pelo chefe, e 35 (74,46%) afirmaram positivamente. Destes, 22 trabalham em escritórios contábeis, 6 em empresas privadas, 2 em órgãos públicos e 5 são docentes (Gráfico 6).

Gráfico 6 - Divisão por área de atuação dos pesquisados que se sentem pressionados com prazos estabelecidos pelo fisco, pelos clientes ou pelo chefe.



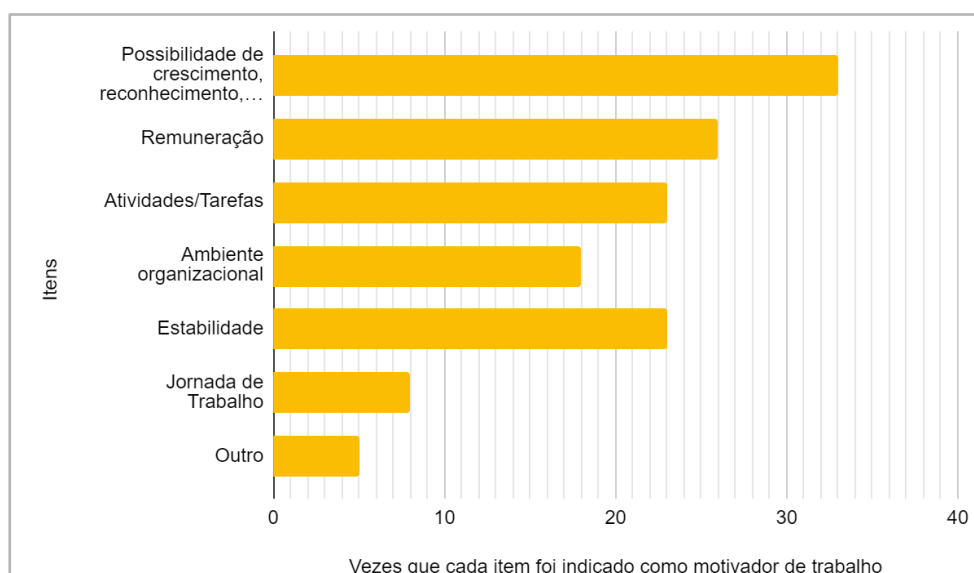
Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

De acordo com Linn e Treter (2017, p. 15) quem trabalha na área contábil “tem conhecimento dos prazos das obrigações tributárias contábeis e fiscais, e que se estes não forem entregues nas datas pode gerar muita dor de cabeça aos profissionais contábeis”.

4.4 SATISFAÇÃO NO TRABALHO

A última parte do instrumento de pesquisa foi dividida em 3 questionamentos. No primeiro, os pesquisados deveriam escolher quais dos itens listados os motivam a trabalhar. Já no segundo, deveriam escolher quais dos itens os desmotivam, e em ambos, os respondentes tinham liberdade para acrescentar qualquer outro motivo.

Quando questionados sobre o que os motivam a trabalhar, 33 respondentes indicaram que a possibilidade de crescimento, reconhecimento e valorização (Gráfico 7).

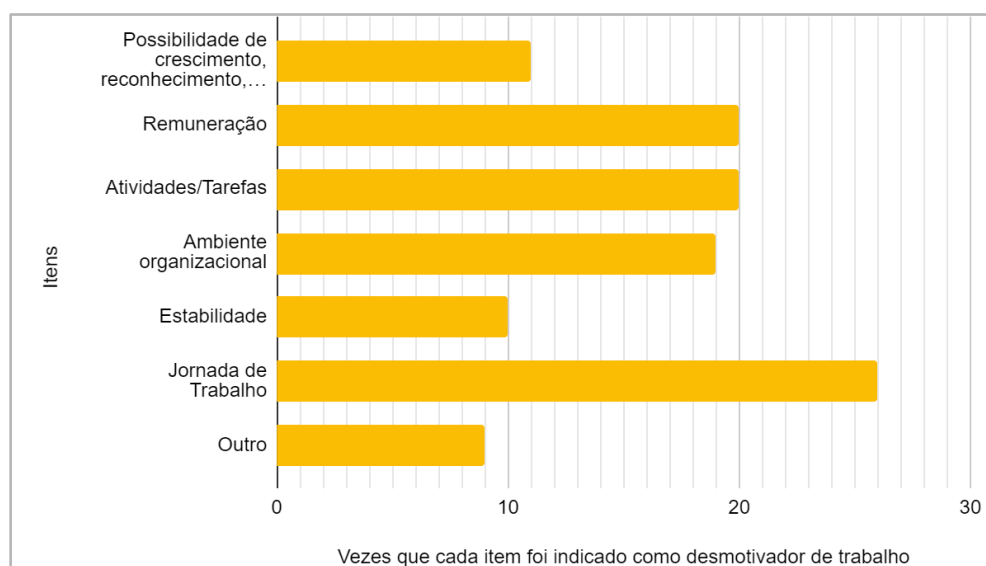
Gráfico 7 - Itens motivadores de trabalho

Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

Destes 33, 17 atuam em escritórios contábeis, 7 em empresas privadas e 1 em órgão público, e 8 dos docentes indicaram que a possibilidade de crescimento, reconhecimento e valorização é um fato motivador de trabalho. Vale salientar que estes últimos correspondem a 100% dos pesquisados que atuam na docência.

No item “Outros” foi relatado discursos do tipo: “Amor pela profissão”, “Poder contribuir com os alunos e ser parte das suas conquistas”; “Satisfação pessoal”; e “Contato com meus alunos, eles são minha fonte de energia. Quem está na docência para ganhar dinheiro e ficar rico está no lugar errado. Temos que gostar de gente. Quem fez doutorado para ficar rico sem querer contribuir com a ciência e educação está fadado ao insucesso”.

Quando questionados sobre quais itens os desmotivam a trabalhar, 26 pesquisados indicaram que a jornada de trabalho os desmotivam (Gráfico 8). Destes 26, 19 atuam em escritórios contábeis e 5 em empresas privadas. Os pesquisados que atuam em órgãos públicos e na docência não veem a jornada de trabalho como um fator desmotivador de trabalho, pois por vezes, o horário que exercem a docência é mais flexível em relação a alguma outra atividade que o profissional contábil venha a executar.

Gráfico 8 - Itens desmotivadores de trabalho

Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

No item “Outros” foram também apresentados como desmotivadores os seguintes fatores: “Mudança na aposentadoria e reforma administrativa”; “Trabalhar com colegas mau humorados”; “Depender de clientes”; “Falta de reconhecimento”; “Falta de dedicação dos alunos”; “Sistema ERP”; “Desvalorização”; e “Cobrança de clientes inadimplentes”.

Quando questionados sobre se sentem motivados ou não para realizar suas atividades diárias, 34 (72,34%) disseram que se sentem motivados (Tabela 2). Significando que apesar dos problemas advindos da profissão, quase 73% gostam do que fazem.

Tabela 3 - Pesquisados motivados e desmotivados em realizar suas atividades diárias

	Motivados	Desmotivados
Escritórios Contábeis	18	9
Empresas Privadas	6	2
Órgãos Públicos	2	2
Docência	8	-

Fonte: Elaborado a partir dos dados da pesquisa

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo tem relevância ao abordar a temática saúde mental relacionada à atividade contábil, pauta pouco discorrida, podendo conduzir o profissional contábil a uma autoanálise de sua saúde mental e de seu rendimento, podendo também contribuir para com aqueles que têm curiosidade a respeito dos possíveis impactos que o trabalho do profissional contábil pode exercer sobre sua saúde mental.

Ao averiguar quais seriam as principais causas de estresse e seus impactos no cotidiano do profissional contábil paraibano que foi possível identificar que fatos como o de trabalhar horas extras e levar trabalho para fazer em casa, podem vir a ser grandes fatores de estresse.

Ao segregar os pesquisados de acordo com a sua área de atuação foi possível identificar quais ambientes de trabalho estão mais suscetíveis ao estresse e a tantos outros sintomas listados anteriormente. Como são os casos dos funcionários que atuam em escritórios contábeis que foram maioria dos que disseram trabalhar horas extras e se sentir sempre nervosos, tensos ou estressados. Além do que, comparando com os pesquisados que atuam em outras áreas, os funcionários de escritórios contábeis se apresentam como os que mais se sentem sobrecarregados com suas atividades diárias e com os prazos estabelecidos. Vale salientar que mesmo sob pressão, 66,66% se sentem motivados a realizar suas atividades.

Foi possível identificar também que embora boa parte dos funcionários de escritórios contábeis estejam sempre nervosos, tensos ou estressados, os docentes são os que mais sofrem com dificuldade de concentração regularmente. A causa dessa dificuldade de concentração pode ser resultado do excesso de conteúdos que precisam ter em mente, alteração nos horários de sono causada pelo fato de muitos deles levarem trabalho para casa e o acúmulo de funções como exercer a docência junto à graduação, pós-graduação e produzir trabalhos científicos.

Ao investigar como os profissionais contábeis paraibanos se sentem ao realizar suas atividades e estarem diante de prazos estabelecidos, foi possível concluir que independente da área de atuação, pelo menos 65% deles se sentem sobrecarregados. O que comprova que apesar de avanços tecnológicos e ferramentas que automatizam algumas funções dos contadores, não atingem o

necessário para que o profissional chegue a trabalhar de maneira tranquila, pois se não bastassem as atividades que são muitas, existem os muitos prazos a cumprir, sejam eles os impostos pelos clientes, que muitas vezes solicitam algum serviço em cima da hora; os impostos pelo chefe que quer produção e resultado; e as obrigações das muitas legislações brasileiras.

No que diz respeito à satisfação dos profissionais contábeis paraibanos no que tange a sua profissão, a possibilidade de crescimento aparece como maior fator de motivação no trabalho. Como fator desmotivador, o item jornada de trabalho foi o mais indicado. E embora muita dificuldade como má remuneração e desvalorização, por exemplo, 72,34% dos pesquisados disseram se sentirem motivados ao realizarem suas atividades diárias.

Em resposta à questão de pesquisa deste trabalho, pode-se dizer que fatores como excesso de trabalho, pressão advinda de superiores, ambiente de trabalho desconfortável, jornada de trabalho e má remuneração causam sintomas que podem vir a diminuir a qualidade de vida e a capacidade produtiva do profissional.

A fim de aumentar a satisfação no trabalho, as empresas, ao realizarem atividades de interação entre seus empregados e comemorar datas especiais, podem proporcionar um ambiente de trabalho mais agradável para seus funcionários. Quanto à diminuição de sintomas que atingem os profissionais, as empresas podem fazer parcerias com profissionais da saúde para que sejam realizadas ginásticas laborais e ensinios sobre a importância da postura e de se movimentar em dado período de tempo.

Para futuros trabalhos, sugere-se o desenvolvimento de pesquisa com maior número de pesquisados; elaboração de um trabalho em outro estado para fins de comparação; e aplicar a pesquisa como estudantes do curso de Ciências Contábeis considerando o estresse, atividades e satisfação com o curso.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Associação Nacional de Medicina do Trabalho. **As 10 carreiras que mais causam depressão**. Disponível em <https://www.anamt.org.br/portal/2015/11/18/as-10-carreiras-que-mais-causam-depressao/>. Acesso em 02 set. 2019.

Associação Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein. **Controlar a Mente**. São Paulo, 2016. Disponível em: <https://www.einstein.br/noticias/noticia/controlar-a-mente>. Acesso em 07 mar. 2020.

Associação Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein. **Síndrome de Burnout**. São Paulo, 30. mai. 2019. Disponível em: <https://www.einstein.br/estrutura/check-up/saude-bem-estar/saude-mental/sindrome-burnout>. Acesso em 08 set. 2019.

BACELAR, M. **Contadores estão entre os profissionais com mais risco de estresse e depressão**. Conselho Federal de Contabilidade, Brasília, 30 jan. 2013. Disponível em: <https://cfc.jusbrasil.com.br/noticias/100318311/contadores-estao-entre-os-profissionais-com-mais-risco-de-estresse-e-depressao>. Acesso em 11 ago. 2019.

BANDEIRA, M., PITTA, AMF, MERCIER, C (2000). Escalas Brasileiras de Avaliação da Satisfação (SATIS-BR) e da sobrecarga (IMPACTO-BR) da equipe técnica em serviços de saúde mental. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 49 (4): 105-115.

BEUREN, I. M.. **Como elaborar trabalhos monográficos em contabilidade: teoria e prática**. São Paulo: Atlas, 2010.

Biblioteca Virtual em Saúde. **Ansiedade**. São Paulo, 2011. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/dicas/224_ansiedade.html. Acesso em 07 mar. 2020.

BRASIL. Constituição Federal de 1988. Promulgada em 5 de outubro de 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicaocompilado.htm. Acesso em: 07 mar. 2020.

BRASIL. Decreto-lei nº 9.295, de 27 de maio de 1946. Cria o Conselho Federal de Contabilidade, define as atribuições do Contador e do Guarda-livros, e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Decreto-Lei/Del9295.htm. Acesso em: 05 ago. 2019.

BRASIL. "Saúde mental no trabalho" é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br>. Acesso em 11 ago. 2019.

Cleveland Clinic. **Dores de Cabeça em Adultos**. Ohio, 16 jul. 2018. Disponível em: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/9639-headaches-in-adults>. Acesso em 07 mar. 2020.

COHEN, A.; FINK, S. **Comportamento Organizacional**. Editora Campus, Rio de Janeiro, 2003.

Conselho Federal de Contabilidade. **Profissionais Ativos nos Conselhos Regionais de Contabilidade agrupados por Categoria - 08/03/2020**. Brasília, 08 mar. 2020. Disponível em: <http://www3.cfc.org.br/spw/crcs/ConsultaPorRegiao.aspx?Tipo=1>. Acesso em 08 mar. 2020.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicologia do trabalho. São Paulo: Oboré/Cortez, 1987.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicologia do trabalho. - [Reimpr.] - São Paulo: Oboré/Cortez, 1992.

GENUINO S.L.V, GOMES M.S., MORAES E.M. O estresse ocupacional e a Síndrome de *Burnout* no ambiente de trabalho: suas influências no comportamento dos professores da rede privada do ensino médio de João Pessoa. **Rev Anagrama**. 2010;2:1-9.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisas**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisas**. – [2.Reimpr.]. – 6. ed. – São Paulo : Atlas, 2018.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2012.

GRUNSPUN, H. **Ansiedade e depressão podem ser totalmente incapacitantes**. São Paulo, 13 abr. 2015. Disponível em: <https://www.einstein.br/noticias/noticia/ansiedade-depressao-podem-ser-totalmente-incapacitantes>. Acesso em 07 mar. 2020

HELOANI, J. R.; CAPITAO, C. G. Saúde mental e psicologia do trabalho. **São Paulo Perspec.**, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 102-108, June 2003. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-88392003000200011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 08 set. 2019.

HERNANDES, A. **O estresse e o profissional da contabilidade**. João Pessoa, 2011. Disponível em: <https://administradores.com.br/artigos/o-estresse-e-o-profissional-da-contabilidade>. Acesso em 11 ago. 2019.

KHALLASH, S.; KRUSE, M. **The future of work-life balance 2025**. *Futures*, v. 44, n. 7, p. 678-686, set. 2012. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0016328712001085>. Acesso em: 13 mar. 2020.

KRAWULSKI, E. A orientação profissional e o significado do trabalho. **Rev. ABOP**, Porto Alegre, v. 2, n. 1, p. 5-19, 1998. Disponível em: <https://bit.ly/2IDdXRb>. Acesso em 08 set. 2019.

LEGGE, D. **As 10 carreiras que mais causam depressão**. Disponível em: <https://www.anamt.org.br/portal/2015/11/18/as-10-carreiras-que-mais-causam-depressao/>. Acesso em 02 set. 2019.

LINN, A. C. M., TRETER, J. **Saúde Emocional do Profissional Contábil: Mitos ou Verdades?**. Cruz Alta, 2017. Disponível em: https://home.unicruz.edu.br/wp-content/uploads/2017/12/Sa_de-Emocional-do-Profissional-Cont_bil-Mitos-ou-Verdades.pdf. Acesso em 08 mar. 2020.

MARINHO, M. **Transtornos mentais estão entre as principais causas de afastamento do trabalho**. Disponível em: <https://blog.ipog.edu.br/saude/afastamento-do-trabalho-transtornos-mentais/>. Acesso em 02 set. 2019.

MATTHEWS, K. Why you're tired at work all the time. **Fast Company**, 2019. Disponível em: <https://www.fastcompany.com/90426942/why-youre-tired-at-work-all-the-time>. Acesso em 08 mar. 2020.

MERHY, E. E. **A reestruturação produtiva na saúde, a produção do cuidado e a cartografia do trabalho vivo em ato**. São Paulo: Hucitec, 2002.

Merck Sharp and Dohme. **Transtorno de despersonalização/desrealização**. Kenilworth, EUA. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com>. Kenilworth, mar. 2019. Acesso em 11 ago. 2019.

Ministério da Saúde. **Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção**. Brasília, 24 out. 2018. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/depressao>. Acesso em 08 set. 2019.

Ministério da Saúde. **Síndrome de Burnout: o que é, quais as causas, sintomas e como tratar**. Brasília, 2019. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>. Acesso em 08 set. 2019.

OLIVEIRA, C. E. et al. Um estudo sobre o estresse na atividade profissional do contador de escritórios de contabilidade do município de Ituiutaba/MG. **Revista Mineira de Contabilidade**, Belo Horizonte, v. 16, n. 1, p. 50-59, jan./abr. 2015. Disponível em: <http://www.revista.crcmg.org.br/index.php?journal=rmc&page=article&op=view&path%5B%5D=61&path%5B%5D=14>. Acesso em 13 mar. 2020.

Organização Mundial da Saúde. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Documentos básicos, suplemento da 45ª edição, outubro de 2006. Disponível em espanhol em: http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf. Acesso em 05 ago. 2019.

Organização Mundial da Saúde. **OMS: empresas devem promover saúde mental de funcionários no ambiente trabalho.** Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-empresas-devem-promover-saude-mental-de-funcionarios-no-ambiente-trabalho/>. Acesso em 11 ago 2019.

PINHEIRO, Raira Mariane Valentino. **Work-life balance de profissionais da contabilidade: Um estudo em organizações contábeis na microrregião de Ituiutaba-MG.** 2018. 26 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Contábeis) – Universidade Federal de Uberlândia, Ituiutaba, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/23828>. Acesso 13 mar. 2020

SANTOS, M. **7 dicas para lidar com o estresse na carreira contábil.** Joinville, 02 mai. 2018. Disponível em: <https://bit.ly/2xuYvEz>. Acesso em 11 ago. 2019.
SILVA, J. E. A.; SILVEIRA, C.; MATOS, C. V. G. Níveis de Estresse dos Contabilistas Atuantes em Escritórios Contábeis de Uberlândia. **Revista Mineira de Contabilidade.** ISSN 2446-9114, Belo Horizonte/MG, v. 16, n. 3, art. 1, p. 5-16, set./dez. 2015. Disponível em <http://revista.crcmg.org.br>. Acesso em 05 ago. 2019.

SUCCAR JUNIOR, F. **Níveis de estresse dos contabilistas do estado do Rio de Janeiro.** 2012. 97 f. Dissertação (Mestrado em Controle de Gestão) - Faculdade de Administração e de Finanças, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: http://www.bdt.d.uerj.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=4351. Acesso em: 13 mar. 2020.

VARELLA, A. D. **Arritmia (palpitação).** São Paulo, 21 nov. 2019. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/arritmia-palpitaacao/>. Acesso em 07 mar. 2020.

VARELLA, A. D. **Lesão por esforço repetitivo (LER/DORT).** São Paulo, 22 out. 2019. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/lesao-por-esforco-repetitivo-ler-dort/>. Acesso em 07 mar. 2020.

VARELLA, A. D. **Memória e esquecimento Entrevista.** São Paulo, 06 mai. 2019. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/entrevistas-2/memoria-e-esquecimento-entrevista/>. Acesso em 07 mar. 2020.

VIDEBECK, S. L. **Enfermagem em saúde mental e psiquiatria** [recurso eletrônico] / Sheila L. Videbeck ; tradução: Denise Regina de Sales, Regina Machado Garcez ; revisão técnica: Agnes Olschowsky. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : Artmed, 2012.

Universia. **Motivos pelos quais trabalhar em um escritório prejudica a sua saúde.** Disponível em: <https://noticias.universia.com.br/emprego/noticia/2013/03/07/1009540/motivos-pelos-quais-trabalhar-em-um-escritorio-prejudica-sua-saude.html>. Acesso em 07 mar. 2020.

WORTH, T. 10 carreiras com altas taxas de depressão. **Revista Health Magazine**. Califórnia, EUA; set. 2010. Disponível em: <https://www.health.com/health/gallery/0,,20428990,00.html?>. Acesso em 02 set. 2019.

APÊNDICE A – Questionário

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS

QUESTIONÁRIO

Este instrumento de pesquisa visa auxiliar a elaboração de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) sobre “RELAÇÃO ENTRE TRABALHO E SAÚDE MENTAL DO PROFISSIONAL CONTÁBIL PARAIBANO”, que está sendo desenvolvido pela aluna Annamélia Ariadnyes Vieira Ribeiro da Silva do curso de Ciências Contábeis da UFPB, sob orientação da Profª Drª Adriana Fernandes de Vasconcelos.

Solicitamos a sua colaboração para responder o presente questionário, como também a sua autorização para apresentar os resultados deste estudo no TCC mencionado.

Esclarecemos que a sua participação é voluntária e as respostas serão analisadas conjuntamente, preservando-se o sigilo da fonte.

Caso concorde em participar, por gentileza, responder as questões propostas.

Desde já, agradeço-lhe pela colaboração.
Contato: aavrs@outlook.com

PARTE 1 - Perfil do Pesquisado

1 - Sexo

a) ☐ Feminino

b) ☐ Masculino

2 - Formação

a) ☐ Sou Contador

b) ☐ Sou Técnico em Contabilidade

3 - Em qual cidade você atua? _____.

4 - Faixa etária

a) ☐ Até 25 anos

b) ☐ De 26 a 35 anos

c) ☐ De 36 a 45 anos

d) ☐ De 46 a 55 anos

e) ☐ Acima de 55 anos

5 - Há quanto tempo você atua na área contábil?

a) ☐ Até 5 anos

b) ☐ De 6 a 10 anos

c) ☐ De 11 a 15 anos

d) ☐ De 16 a 20 anos

e) ☐ Mais de 20 anos

6 - Você é dono/sócio de escritório contábil?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

7 - Em qual área da contabilidade você exerce seu trabalho principal?

- a) ☐ Escritório Contábil
- b) ☐ Empresa Privada
- c) ☐ Órgão Público
- d) ☐ Docência
- e) ☐ Outro? Qual? _____.

PARTE 2 - Seu cotidiano

8 - Qual sua carga horária de trabalho semanal? _____.

9 - Trabalha horas-extras?

- a) ☐ Sim
- b) ☐ Não

10 - Caso tenha respondido "Sim" à pergunta anterior, quantas horas-extras semanais você trabalha?

- a) ☐ Até 1 hora
- b) ☐ De 2 a 4 horas
- c) ☐ De 5 a 7 horas
- d) ☐ De 8 a 10 horas
- e) ☐ Acima 10 horas

11 - Você leva trabalho para fazer em casa, além de sua jornada de trabalho contratual?

- a) ☐ Nunca
- b) ☐ Às vezes
- c) ☐ Regularmente
- d) ☐ Muitas vezes
- e) ☐ Sempre

Numa escala onde 0 representa "nunca" e 5 representa "sempre", com que frequência você sente esses sintomas:

12 - Nervosismo/Tensão/Estresse

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

13 - Dor de Cabeça

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

14 - Esgotamento Físico

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

15 - Esgotamento Emocional

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

16 - Dores Musculares

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

17 - Insônia

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

18 - Dificuldade de Concentração

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

19 - Lapsos de Memória

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

20 - Ansiedade

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

21 - Palpitação

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

22 - Cansaço

(0) (1) (2) (3) (4) (5)

PARTE 3 - Como você lida com os prazos estabelecidos e suas atribuições?

23 - Se sente sobrecarregado(a) ao realizar suas atividades diárias?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

24 - Se sente pressionado com os prazos estabelecidos (pelo Fisco, pelos clientes, pelo chefe, etc)?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

PARTE 4 - Satisfação no trabalho

25 - Dos itens listados abaixo, marque 3 (três) que mais o(a) motiva a trabalhar:

a) ☐ Possibilidade de crescimento, reconhecimento e valorização

b) ☐ Remuneração

c) ☐ Atividades/Tarefas

d) ☐ Ambiente organizacional

e) ☐ Estabilidade

f) ☐ Jornada de Trabalho

g) ☐ Outro? Qual? _____.

26 - Dos itens listados abaixo, marque 3 (três) que mais o(a) desmotiva a trabalhar:

a) ☐ Possibilidade de crescimento, reconhecimento e valorização

b) ☐ Remuneração

c) ☐ Atividades/Tarefas

d) ☐ Ambiente organizacional

e) ☐ Estabilidade

f) ☐ Jornada de Trabalho

g) ☐ Outro? Qual? _____.

27 - Se sente motivado(a) para realizar suas atividades diárias?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

Obrigada pela sua colaboração!